MAKLUMAT PRODUK

BAHASA MELAYU

Beli Produk Olive House Di Kedai Online Organik: Https://wasep.me/koo

SOUTHERN OLIVE HOUSE

OLIVE HOUSE
We begin with Nature

OLIVIE POWER UP

BUTIRAN CAMPURAN EKSTRAK RANTING, DAUN DAN BUAH ZAITUN MUDA

scan me

KEAJAIBAN MUTIARA ZAITUN DARI GURUN

aafiyat

Beli Produk Olive House Di Kedai Online Organik: Https://wasep.me/koo

OLIVIE
POWER UP

KEAJAIBAN MUTIARA ZAITUN DARI GURUN

Didatangi dengan dua saiz

- **100gram dan**
- **340gram**

340 gram **100 gram**

2.2 Cara Penyimpanan Dan Penjagaan Olivie Power Up

- TUTUP PENUTUP DENGAN KETAT SELEPAS DIGUNAKAN
- PASTIKAN SUDU KERING SEBELUM DIGUNAKAN
- PASTIKAN 'PEARL' TERENDAM DI DALAM MINYAK ZAITUN
- SIMPAN SEMULA DI DALAM KOTAK YANG ASAL
- SIMPAN PADA SUHU BILIK ELAKKAN KEPANASAN
- JANGAN GONCANG BOTOL UNTUK ELAKKAN BUTIRAN DARIPADA PECAH

OLIVIE POWER UP

KEAJAIBAN MUTIARA ZAITUN DARI GURUN

Olivie Power Up mengandungi antioxidan yang tinggi, ia perlu di jaga dengan berhati-hati kerana antioxidan mudah dirosakkan oleh suhu dan cahaya yang tinggi

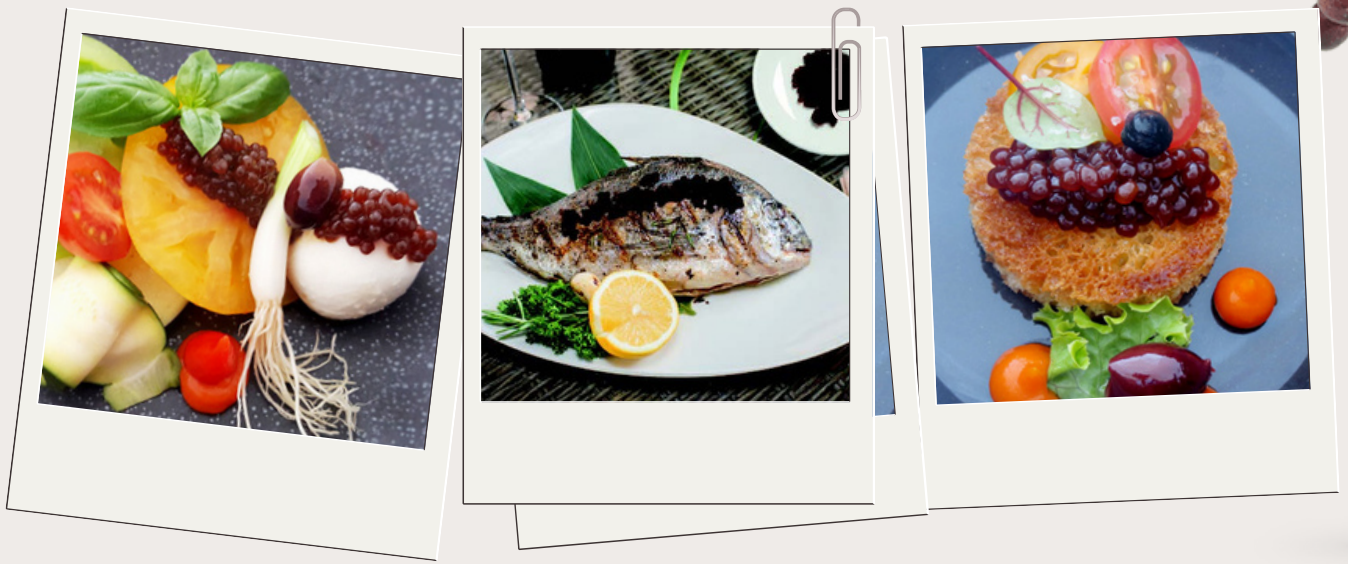
2.3 Cara Pengambilan Olivie Power Up

AMBIL 1 SUDU TEH SETIAP HARI PAGI/SEBELUM TIDUR

BOLEH JADIKAN MASKER DI MUKA SEBELUM TIDUR

DIJADIKAN "DRESSING" DALAM SALAD DLL

Rahsia Awet Muda dengan mengamalkan Olivie Power Up. Kulit kelihatan lebih anjal, melambatkan kedutan, lebih cerah dan gebu. Cubalah sekarang!.



Beli Produk Olive House Di Kedai Online Organik: Https://wasep.me/koo

PENYAKIT TIDAK BERJANGKIT

Non Communicable Disease (NCD)

Solusi bersama

OLIVIE POWER UP

KEAJAIBAN MUTIARA ZAITUN DARI GURUN

03

Beli Produk Olive House Di Kedai Online Organik: Https://wasep.me/koo

MASALAH ENDOKRIN (DIABETES)

Polifenol zaitun berkesan terhadap hiperglisemia dan mungkin memainkan peranan dalam pencegahan dan rawatan komplikasi diabetes yang berkaitan dengan tekanan oksidatif.

Beli Produk Olive House Di Kedai Online Organik: Https://wasep.me/koo

6.1 Apakah Diabetes

Kencing manis atau istilah perubatannya, 'diabetes mellitus' adalah satu penyakit metabolik yang menyebabkan kandungan gula di dalam darah menjadi tinggi. Kandungan gula di dalam darah dikawal oleh sejenis hormon bernama insulin.

Apabila kandungan gula menjadi tinggi contohnya selepas makan, badan kita akan merembeskan insulin bagi ditukarkan kepada tenaga ataupun disimpan di dalam sel sel badan. Dalam pesakit diabetes, badan pesakit gagal menghasilkan insulin dengan secukupnya ataupun insulin dihasilkan tidak efektif menyebabkan kandungan gula di dalam darah tidak mampu dikawal.

6.2 Simptom Kencing Manis

Kebanyakan pesakit kencing manis pada awalnya tidak mempunyai sebarang simptom. Tetapi jika kandungan gula terlalu tinggi, barulah pesakit akan mempunyai simptom seperti:

- Kerap lapar dan dahaga
- Susut berat badan
- Kerap kencing
- Lesu yang teramat
- Luka yang lambat sembuh
- Mata kabur
- Kebas tangan atau kaki

6.3 Punca Kencing Manis

Terdapat beberapa keadaan yang akan meningkatkan risiko anda untuk mendapat diabetes;

- Sejarah keluarga dekat yang mempunyai penyakit diabetes seperti ibubapa dan adik beradik
- Sejarah penyakit jantung
- Tekanan darah tinggi atau tahap kolesterol tinggi
- Gaya hidup tidak aktif
- Obesiti
- Sejarah kencing manis ketika mengandung

HIPERGLISEMIA (HYPERGLYCEMIA)

Hiperglisemia ialah istilah teknikal untuk glukosa darah tinggi (gula darah). Glukosa darah tinggi berlaku apabila badan mempunyai terlalu sedikit insulin atau apabila badan tidak dapat menggunakan insulin dengan betul.

6.4 Jenis-jenis Penyakit Kencing Manis

Terdapat beberapa jenis masalah kencing manis. 3 jenis yang selalu berlaku di dalam masyarakat.

- **Diabetes type 1**

  Ini adalah sejenis penyakit 'autoimun' dan sering terjadi bersama beberapa jenis penyakit 'autoimun' yang lain. 'Autoimun' memberi maksud sistem imun badan kita menyerang sel badan kita sendiri. Terdapat faktor genetik yang mempunyai peranan dalam diabetes type 1. Dalam diabetes type 1, sistem imun badan menyerang dan merosakkan pankreas. Organ inilah yang menjadi tempat di mana insulin dihasilkan.

- **Diabetes type 2**

  Dalam jenis ini, badan kita menjadi seolah olah tidak memberi respon terhadap insulin jadi insulin tidak dapat menjalankan tugasnya. Dalam sesetengah kes, rembesan insulin juga berkurangan menyebabkan kandungan gula semakin tinggi.

  Kebiasaannya, diabetes type 2 terjadi dalam kalangan mereka yang obes atau berat berlebihan. Terdapat juga faktor genetik dan persekitaran cara hidup yang memainkan peranan. Gaya hidup yang tidak sihat dan sejarah keluarga yang mempunyai diabetes turut menjadi punca risiko.

- **Gestational diabetes**

  Diabetes jenis ini berlaku kepada ibu ibu hamil. Ia terjadi disebabkan terhasilnya hormon dari uri yang menjadikan badan kurang memberi respon terhadap insulin. Kebiasaannya, wanita hamil yang mempunyai diabetes adalah obes atau mempunyai berat berlebihan.

Rujukan/ Bacaan Lanjut :

1. Management of Type 2 Diabetes Mellitus (5th Edition). Academy of Medicine of Malaysia
2. https://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/CPG/Endocrine/QR_T2DM_6th_Edition_QR_Guide_Digital.pdf

Beli Produk Olive House Di Kedai Online Organik: Https://wasep.me/koo

6.5 Ujian Pengesanan dan Pemantauan

Terdapat beberapa ujian yang boleh digunakan untuk mengesahkan seseorang itu mempunyai kencing manis ataupun tidak. Setelah seseorang itu disahkan mempunyai kencing manis, dia perlulah dipantau keadaannya supaya tidak mendapat apa-apa komplikasi daripada penyakit ini.

STATISTIK DIABETES DI MALAYSIA 2019

Seorang daripada lima individu dewasa atau kira-kira 3.9 juta orang berumur 18 tahun ke atas di Malaysia menghidap diabetes, menurut dapatan Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS) 2019.

BACAAN GULA DALAM DARAH

Terdapat 2 jenis bacaan gula dalam darah iaitu bacaan gula selepas berpuasa dan bacaan secara rawak. Kedua bacaan ini mempunyai nilai penentu yang berbeza dan maksud yang berbeza. Jika anda mempunyai tanda tanda diabetes, hanya satu bacaan gula yang tinggi diperlukan untuk mengesahkan anda mempunyai kencing manis.

Namun begitu, jika anda tiada simptom, perlu 2 bacaan gula yang tinggi. Doktor akan mengambil darah anda dan membaca tahap bacaan gula dan membandingkannya dengan tahap bacaan yang diterima mengikut jenis jenis bacaan tadi. Sekiranya berlebihan dari tahap yang ditetapkan, doktor mungkin akan meminta anda untuk minum air gula dan bacaan seterusnya akan dibaca selepas 2 jam.

Apabila anda sudah disahkan menghidap kencing manis, doktor akan memantau bacaan gula di dalam darah anda. Bacaan inilah yang akan menentukan jika anda adalah pesakit yang patuh dengan arahan dojtor atau sebaliknya. Anda perlu merekod semua bacaan ini setiap hari dan menunjukkannya kepada doktor setiap kali temujanji.

UJIAN HbA1c

HbA1c adalah sejenis protein molekul gula yang ada pada sel darah merah kita. Ujian ini adalah lebih tepat berbanding bacaan gula dalam darah tadi kerana ia menunjukkan kadar kandungan gula dalam darah bagi tempoh 3 bulan. Ia digunakan oleh doktor bagi memantau kawalan gula pesakit.

UJIAN DARAH BAGI MELIHAT FUNGSI HATI, BUAH PINGGANG DAN KANDUNGAN KOLESTEROL

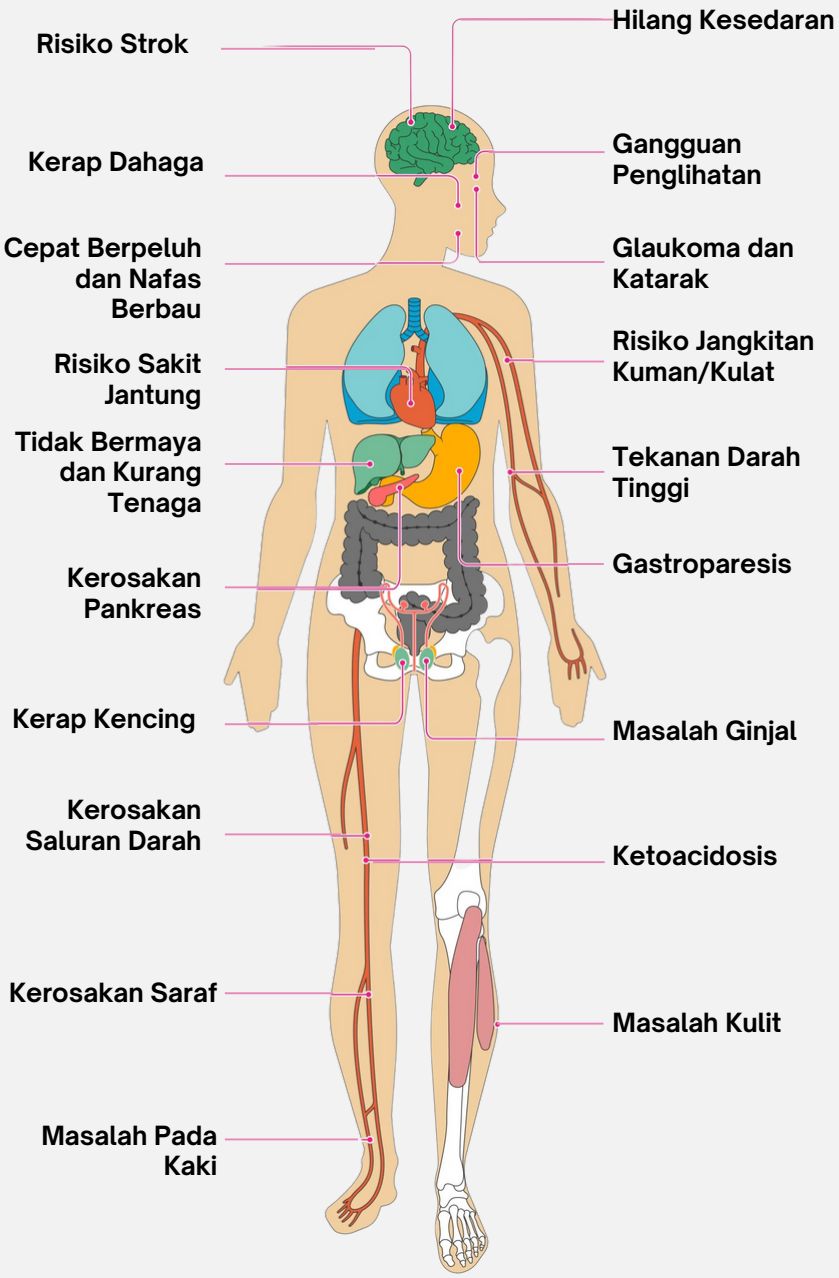
Ujian-ujian ini diperlukan oleh doktor sebagai sebahagian daripada proses pengesanan dan rawatan diabetes. Bacaan tahap kolesterol diperlukan bagi memantau keadaan pesakit kerana kebanyakan pesakit diabetes juga mempunyai kandungan kolesterol yang tinggi. Bacaan-bacaan penting yang lain seperti fungsi buah pinggang diperlukan untuk pemantauan penyakit diabetes kerana diantara komplikasi diabetes adalah kerosakan buah pinggang.

UJIAN AIR KENCING

Ujian air kencing penting untuk melihat samada terdapat protein di dalam air kencing. Kehadiran protein menunjukkan terdapat kerosakan pada buah pinggang disebabkan penyakit kencing manis yang pesakit hadapi.

Rujukan/ Bacaan Lanjut :

1. Management of Type 2 Diabetes Mellitus (5th Edition). Academy of Medicine of Malaysia
2. https://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/CPG/Endocrine/QR_T2DM_6th_Edition_QR_Guide_Digital.pdf



Kesan Diabetes pada Tubuh Anda

https://www.healthline.com/health/diabetes/effects-on-body

6.6 Glukometer

Glukometer adalah sejenis alat perubatan untuk mengukur kepekatan gula (glukosa) dalam darah. Alat ini boleh digunakan untuk memantau kandungan glukosa dalam darah di rumah oleh pesakit kencing manis (Diabetes mellitus) Jenis 1 atau Jenis 2.

Pengukuran kepekatan glukosa dalam darah dengan menggunakan glukometer dapat memberikan keputusan ujian yang cepat dan membolehkan pesakit mengetahui samada kandungan glukosa dalam darah adalah lebih tinggi daripada kadar biasa, terlalu rendah daripada paras yang diharapkan atau berada pada tahap yang boleh diterima.

Terdapat pelbagai jenama dan model glukometer di pasaran dengan pelbagai saiz, fungsi dan mesra pengguna. Bagi pengguna yang pertama kali menggunakan mesin glukometer perkara paling penting dan utama adalah mengetahui bagaimana menggunakan mesin glukometer dengan cara yang betul selain dari memilih glukometer yang mesra pengguna. Kesilapan dalam penggunaan glukometer boleh menyebabkan keputusan ujian yang diberikan adalah salah dan sangat merbahaya bagi pesakit kencing manis.

Glukometer secara ringkas

http://www.myhealth.gov.my/glukometer/

Beli Produk Olive House Di Kedai Online Organik: Https://wasep.me/koo

Cara-cara Mengukur Kadar Glukosa Daran di ruman menggunakan alat Glucometer

- Kumpulkan semua barang-barang yang diperlukan : **strip ujian, kapas beralkohol dan jarum lanset**. Pastikan glukometer mempunyai bateri yang berfungsi dengan baik dan diletakkan pada permukaan yang rata.
- Buka botol bahan uji dan keluarkan strip dari pembalut aluminium sekiranya dibungkus secara individu.
- Pastikan kod kalibrasi pada strip adalah sama dengan kod pada glukometer.
- Cuci tangan dan bersihkan hujung jari. Sekiranya menggunakan kapas beralkohol, biarkan hujung jari kering terlebih dahulu.
- Cucuk hujung jari menggunakan jarum lanset yang baru pada bahagian sisi hujung jari bagi mengurangkan rasa sakit.
- Hidupkan glukometer (setengah model akan hidup secara automatik sebaik sahaja strip dimasukkan). Pastikan nombor kod ujian yang terpampang pada skrin glukometer adalah sama dengan nombor kod yang terdapat pada bungkusan strip yang digunakan.
- Letakkan setitik darah ke atas strip ujian. Masukkan strip ujian ke bahagian yang dikhaskan untuk strip pada mesin glukometer.(Sila rujuk pada manual glukometer yang disediakan untuk mengetahui kuantiti darah yang diperlukan)
- Glukometer akan membaca paras gula (glukosa) darah dalam beberapa saat.
- Catit keputusan bacaan gula (glukosa) darah dalam buku nota kecil sebagai rujukan sendiri atau untuk rujukan doktor anda .Setengah glukometer mempunyai memori yang besar bagi merekod dan menyimpan keputusan gula (glukosa) darah.

6.7 Memahami Apakah Maksud Paras Glukos Darah

Gula (glukosa) dalam darah diperolehi dari sumber makanan bagi membekalkan tenaga kepada badan dan otak. Walaubagaimana paras gula (glukosa) dalam darah boleh menjadi terlalu rendah atau terlalu tinggi akibat dari kegagalan badan megimbangi kitaran gula dalam badan.

Kategori	Aras
Normal Puasa (sebelum makan) Rawak (bila-bila masa)	 4.0 – 6.0 mmol/l 5.6 – 8.3 mmol/l
Abnormal Hiperglisemia Hipoglisemia	 11.1 mmol/l 2.8 mmol/l

Paras gula (glukosa) darah menunjukkan samada kandungan gula terlalu tinggi (hiperglisemia) atau kandungan gula terlalu rendah (hipoglisemia) dalam aliran darah.
Hiperglisemia boleh disebabkan oleh hamil, penyakit buah pinggang, masalah hati atau jangkitan pada pankreas.
Hipoglisemia boleh dikaitkan dengan masalah tiroid atau kelenjar adrenal. Ia juga boleh menunjukkan bahawa anda tidak mengambil makanan yang mencukupi.

Rujukan: MOH Clinical Practice Guidelines Management of Type 2 Diabetes Mellitus,4th Ed (2009)

Beli Produk Olive House Di Kedai Online Organik: Https://wasep.me/koo

Solusi

Masalah Endokrin (Diabetes)

Kesan Biologi Olivie Power Up

Polifenol zaitun berkesan terhadap hiperglisemia dan mungkin memainkan peranan dalam pencegahan dan rawatan komplikasi diabetes yang berkaitan dengan tekanan oksidatif.

Olive polyphenols are effective against hyperglycemia and may play a role in the prevention and treatment of diabetic complications associated with oxidative stress.

Olivie PowerUp: Satu sudu teh mengandungi kuantiti antioksidan hydroxytyrosol yang sama dengan **10 liter minyak zaitun.**

Solusi

OLIVIE POWER UP

KEAJAIBAN MUTIARA ZAITUN DARI GURUN

Rujukan/Bacaan Lanjut :

1. Hamden K, Carreau S, Lajmi S, Aloulou D, kchaou D, Elfeki A (2008). Protective effect of 1,7-estradiol on hyperglycemia, stress oxidant, liver dysfunction and histological changes induced by alloxan in male rat pancreas and liver. Steroids. 94: 495–501.